

100 preguntas de macrobiótica: Una aproximación a la macrobiótica moderna

Llega un momento en la evolución de las especies en que, si quieren seguir adelante, han de cambiar, transformarse de alguna manera, quizás pasar de respirar en el agua a respirar fuera, o bien tener alas y poder surcar los cielos. En este momento la macrobiótica está obligada a cambiar si pretende seguir adelante y ser útil a futuras generaciones. La macrobiótica es un campo de conocimientos basados la mayor parte en la medicina china, que nos orienta sobre cómo comer y qué estilo de vida llevar para vivir de forma sana muchos años, surgida a principios del siglo XX de la mano de profesores japoneses. La macrobiótica se hizo famosa por utilizar diariamente cereales en grano, alimentos japoneses como el tofu, la salsa de soja, el miso o el gomashio. Se estigmatizaba la carne, los lácteos y el azúcar. Falta de vitamina B12 o un énfasis excesivo en el uso de cereales y condimentos salados han sido algunas de sus críticas. Este libro, escrito en el formato de preguntas y respuestas, ofrece un nuevo significado de la macrobiótica. Representa una evolución que va desde la macrobiótica tradicional a la macrobiótica moderna. A su vez sirve de marco para las numerosas entradas del blog Macrobiótica Mediterránea, creado por el mismo autor. La macrobiótica moderna nace con este libro. Descúbrala a través de sus páginas.

100 preguntas de macrobiótica: Una aproximación a la macrobiótica moderna por Mario López Pomares fue vendido por £10.86 cada copia.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.

Obra protegido por derechos de autor

100 PREGUNTAS SOBRE MACROBIÓTICA



Una aproximación
a la macrobiótica moderna

Mario López Pomares

Obra protegido por derechos de autor

- Título del libro : 100 preguntas de macrobiótica: Una aproximación a la macrobiótica moderna
- ISBN: 8416444501
- Autor: Mario López Pomares

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer 100 preguntas de macrobiótica: Una aproximación a la macrobiótica moderna en línea. Puedes leer 100 preguntas de macrobiótica: Una aproximación a la macrobiótica moderna en línea usando el botón a continuación.

[LEER ON-LINE](#)

